



# SCHWIMMKURSE - SCHWIMMTRAININGS

## Hallenbad Braunau

### ERWACHSENE - Kraulanfängerkurs

Inhalt: Erlernen der Schwimmtechnik Kraul  
Voraussetzung: 200m Brustschwimmen  
Dauer: je 1h 15min, 8 Termine, 10:30-11:45 Uhr  
Kosten: € 90, exkl. Badeintritt  
Maximalteilnehmer: 8 Personen

### ERWACHSENE - Schwimmtraining Fortgeschritten

Inhalt: Verbesserung der Kraultechnik, "Schneller Schwimmen"  
Voraussetzung: 100m Kraul in 2:00min oder darunter  
Dauer: je 1h 30min, 8 Termine, 9:15-10:45 Uhr  
Kosten: € 100, exkl. Badeintritt  
Maximalteilnehmer: 8 Personen/Gruppe

### KINDER - Anfängerschwimmkurs

Inhalt: "Sich Überwasser-Halten", Rückenlage mit Kraulbeinen, Sprünge ins Wasser, Schweben, Tauchen, Gleiten, Brustarmbewegung  
Dauer: je 1h, 8 Termine, 12:00-13:00 Uhr  
Alter: ab 4 Jahre  
Kosten: € 80, exkl. Badeintritt  
Maximalteilnehmer: 5 Kinder

### KINDER - Fortgeschrittenenschwimmtraining

Inhalt: Schwimmtraining von allen Lagen, insbesondere Kraul  
Voraussetzung: Sichere Technik über 25m im tiefen Becken  
Mindestalter: 7 Jahre bzw. nach Können  
Dauer: je 1h, 8 Termine, 11:00-12:00 Uhr  
Kosten: € 70, exkl. Badeintritt, Maximalteilnehmer: 8 Kinder



## ANMELDUNG UND TERMINE

Termine:

Samstag, 29.09.2018  
Samstag, 06.10.2018  
Samstag, 13.10.2018  
Samstag, 20.10.2018  
Samstag, 27.10.2018  
Samstag, 10.11.2018  
Samstag, 17.11.2018  
Samstag, 24.12.2018



Ing. Mag. Bernd Kriechhammer  
Mag. Eveline Kriechhammer  
Gewerbestraße 2a, Top1, 5162 Obertrum am See

+43 (0)650/8841759  
office@trumer-leistungsdiagnostik.at

Schriftliche Anmeldung unter: [office@trumer-leistungsdiagnostik.at](mailto:office@trumer-leistungsdiagnostik.at)  
Die Kursgebühr ist bis sp. 8.9.2018 auf folgendes Konto einzuzahlen:  
Raika Obertrum, Kontoinhaber: Trumer Leistungsdiagnostik  
IBAN: AT 11 3504 7000 0015 2363, BIC: RVSAAT2S047  
Verwendungszweck: Nachname+SK\_2018  
Die Anmeldung ist erst nach erfolgter Einzahlung gültig!  
Stornierung bis 2 Wochen vor Kursbeginn möglich abzgl. Bearbeitungsgebühr von € 5!